

上海市普陀区教育局文件

普教基〔2021〕9号

普陀区教育局关于印发《普陀区推进中小学 “五项管理”工作的实施方案》的通知

区内各中小学:

现将《普陀区推进中小学“五项管理”工作的实施方案》(见附件)印发给你们,请按照相关要求认真执行。

附件:普陀区推进中小学“五项管理”工作的实施方案

上海市普陀区教育局

2021年6月25日

普陀区推进中小学“五项管理”工作的实施方案

为贯彻落实教育部、上海市教委关于中小学生学习作业、手机、睡眠、课外读物、体质健康五项管理工作(以下简称“五项管理”)的有关要求,根据《上海市推进中小学“五项管理”工作方案》等文件,制定本区实施方案。

一、指导思想

以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,深入贯彻习近平总书记关于教育的重要论述,落实2021年全国教育工作会议、中央全面深化改革委员会第十九次会议和市教委“五项管理”专项会议精神,把“五项管理”工作作为全面贯彻党的教育方针,落实立德树人根本任务的重要举措。结合区情、校情,以重点任务为抓手,全覆盖、常态化落实“五项管理”工作要求,提升教育治理和学校管理水平,促进学生身心健康发展。

二、工作原则

1. 立足学生健康成长。充分认识“五项管理”工作的目标是落实立德树人根本任务,促进学生身心健康发展,指导学生形成科学健康的学习生活方式。坚持问题导向、需求导向和效果导向,为每一位学生学以成人、人生出彩提供适合的教育。

2. 立足系统设计。系统推进“五项管理”工作落实,充分认识各项管理之间的高度相关性,将各类要求的落实与学校具体工

作整合起来，将校内外育人力量整合起来，系统设计，整体推进。在推进过程中不断提升教育治理能力，完善教育治理体系。

3. 立足科学推进。遵循教育教学规律和人才成长规律，重视专业和科学支撑，基于对不同年龄阶段、不同学业基础的学生特点分析，分层分类施策，建立动态调整机制，立足调研和监测情况不断改进实施策略。

三、重点任务

（一）加强“五项管理”顶层设计

区、校两级根据教育部和上海市教委的有关文件和专题会议要求，统一思想、提高认识、明确导向，制定两级专项工作实施方案。区教育局立足整体部署，制定“1+5”的区域推进“五项管理”工作实施方案（1个整体推进方案，5个具体工作文件），细化工作底线要求。各中小学结合实际情况，制定学校整体工作实施的“一校一方案”，落实底线要求。学校整体实施方案应与学校章程建设工作相结合，将“五项管理”的具体要求落实到学校教育教学管理等常规制度中，修订和完善校规或学生手册。

（二）建立定期调研监测机制

区教育局各职能部门结合常规工作，通过问卷、访谈等形式，对区域“五项管理”工作的知晓度、满意度进行调研，掌握学生和家长的 demand。同时，进一步推进区域体质健康监测工作，完善学业负担监测机制，落实课外读物清查机制，建立睡眠状况监测机制。各种区域调研和监测机制原则上不少于每学年一次，根据

调研和监测的反馈情况，及时对相关政策规定进行调整。各中小学应立足实际情况，针对学校工作中的薄弱点和突破点，建立多种形式的校本调研和监测机制，多方了解情况，调整学校实施举措。

（三）抓好关键问题，细化落实各项管理要求

区教育局各职能部门要明确各项底线要求，在执行过程中以素质教育、规范办学、提高质量为导向，抓好关键问题：在作业管理中控制总量，提高质量；在手机管理中抓好分类管理；在睡眠管理中抓好专业支持；在读物管理中抓好源头；在体质管理中确保运动时段和时长，加强监测。各中小学要立足关键问题的解决，在作息安排、课程设置、课表设计等方面做系统化设计，细化各项举措，专业科学地分类施策。

（四）开展专项培训工作

区教育局利用校长培训、专项工作会议的形式，传达市区工作要求和部署，指导学校做好阶段性的推进工作。区教育督导室要结合上级部门的工作要求，定期对责任督学实施业务培训，确保督导的针对性和及时性。区师训、干训部门和各中小学要结合“全员导师制”培训、见习教师培训、骨干教师培训等工作，将“五项管理”的工作要求纳入各项培训的内容，做到教师培训“全覆盖”。在具体实施中注重分层分类落实，见习教师培训注重明确各类底线要求，骨干教师培训注重探索优秀做法。

（五）做好宣传引导工作

区教育局相关职能部门和各中小学要高度重视宣传引导工作，利用好各类线上线下平台，定期开展“五项管理”工作举措和成效的宣传工作。宣传工作中，要确保家长和学生的“全知晓”“全覆盖”；要及时梳理相关数据，挖掘典型案例，开展经验交流，争取家长认同和共识，引导家长树立良好的教育观；要充分做好舆情应对工作，协同相关部门，妥善处置虚假性、煽动性、炒作性的负面舆情。

（六）建立协调机制，凝聚育人合力

区教育局加强与区委宣传部、区委网信办、卫健委、市场监管等部门的联动协作。与区卫健委协作为体质、睡眠管理的举措实施提供科学和专业的支持；与区市场监管部门协作对校外培训机构的规范办学加强监管；与区委宣传部和网信部门协作，为先进经验等宣传和舆情监控应对提供保障。学校通过家委会、家长会等形式，加强与家长的联系，积极听取家长的意见和建议，凝聚多部门育人合力、校内外育人合力、家校育人合力，形成全社会齐抓共管的良好局面。

四、机制保障

（一）加强组织领导。区教育局成立中小学“五项管理”工作领导小组，由区教育局主要领导担任组长，由分管局长担任副组长，基教科、督导室、职成教科、宣传科、法治科、人事科等有关职能科室，区教育学院、区教研室、区质量监测中心、区体质监测中心等共同参与。各中小学成立由党政主要领导任组长的

“五项管理”工作专班，严格落实市区“五项管理”工作要求，健全内部管理制度，形成工作合力。

（二）加强考核督导。各中小学结合实际情况不定期开展自查，对发现的问题立行立改。区教育局将“五项管理”相关工作落实情况列入中小学年终（中）调研考核指标，作为学校和个人评优、评先的重要依据，对工作不到位的学校党政负责人进行约谈并责令检查整改，对于整改不力、造成不良后果的，严肃追究责任。区教育督导室将相关工作举措落实情况纳入年度督导重点工作，责任督学每月开展全覆盖的“五项管理”到校督查，及时发现问题，提出意见并反馈结果，对问题突出的学校开展专项督导。

- 附件：
1. 关于加强中小学生学习手机管理的工作要求
 2. 关于加强义务教育学校作业管理的工作要求
 3. 关于加强中小学生学习体质健康管理的工作要求
 4. 关于加强中小学生学习睡眠管理的工作要求
 5. 关于加强中小学生学习课外读物进校园管理的工作要求

关于加强中小学生手机管理的工作要求

1. 完善学校手机管理制度。各中小学要将手机管理纳入学校日常管理，明确具体的管理制度和管理流程。

2. 实施分类精细化管理。小学生原则上不得将个人手机带入校园；中学生如确有将手机带入校园需求的，须经学生家长同意、书面提出申请，进校后应将手机交由学校统一保管，禁止带入课堂；寄宿制高中学生应有明确的每日手机使用时间段，时间段外手机由学校统一保管。学校应明确手机统一保管的场所、方式、责任人，提供必要的保管装置。

3. 为学生提供必要的对外联系途径。各中小学应通过设立校内公共电话、建立班主任沟通热线、探索使用具备通话功能的电子学生证或提供其他家长便捷联系学生的途径等措施，解决学生与家长通话需求。

4. 加强课堂教学和作业管理。不得用手机布置书面作业或要求学生利用手机完成作业，严禁将作业通过手机变相布置给家长。

5. 加强对学生的教育引导。学校要通过国旗下讲话、班团队会、心理辅导、校规校纪等多种形式让学生科学理性对待并合理使用手机，提高学生信息素养和自我管理能力。要开展丰富多彩的校园活动，引导学生充分感受现实生活的快乐。要加强学生信

息素养培育，要指导学生掌握科学运用现代信息技术获取知识的方法，培养学生利用信息技术解决问题的能力。

6. 加强教职工培训。结合全员导师制，明确各岗位教职工的育人责任，做好教育教学、家校沟通、监督管理等具体工作，积极探索和分享手机管理的好做法。

7. 争取家长育人合力。学校要将手机管理的有关要求告知学生家长，讲清过度使用手机的危害性和加强管理的必要性。要通过家委会、家长学校、家长会、家访等途径，加强家庭教育指导，开设指导课程，引导家长履行教育职责，加强对孩子使用手机的督促管理，从小培养孩子正确使用手机的良好习惯，注重亲子沟通，带头防止手机依赖，及时发现、制止和矫正孩子过度使用手机、沉迷网络游戏、不当消费等行为，形成家校协同育人合力，共同打造学生身心健康守护网。

关于加强义务教育学校作业管理的工作要求

1. 完善管理制度。学校要明确管理职责及教师工作要求，加强对作业来源、设计、布置、批改、分析、反馈、辅导等全过程管理，加强作业与备课、上课、辅导、评价等教学环节的系统设计。

2. 规范作业来源。学校要围绕作业选用与设计等主题开展校本研修，不断加强校本作业资源建设。教师不得使用未经学校及上级主管部门备案审查的学习类 APP 布置作业，不得要求或组织学生购买未经国家或上海市审查通过的教学资料。

3. 科学设计作业。学校应基于课程标准及其他相关课程指导意见，围绕作业的目标、内容、难度、类型、数量等关键要素，通过选编、改编、自主创编等方式，科学设计符合新时代育人要求、体现学校特点、适合学生实际的作业，凸显德育实效、促进思维发展、提升体质健康、强化美育熏陶、培养劳动习惯。根据学生身心特点和体质短板设计个性化“运动处方”，根据学生兴趣爱好设计多样化艺术活动，统筹安排班级值日、家务劳动、公益劳动等劳动实践。探索利用信息化等手段不断提升各类作业设计的科学性和有效性，不得使学生作业演变为家长作业。

4. 合理布置作业。教师要提前试做拟布置的作业，原则上要随堂布置作业，不得布置惩罚性作业。布置作业时要向学生明确作业要求及评价方式，提升学生认真完成作业的积极性。布置寒

暑假“运动处方”，应在开学两周内组织相应体能监测并将结果纳入体育日常成绩；布置电子作业，应对学生进行正确使用网络、注意用眼卫生教育。

5. 统筹作业总量。教研组、备课组等要指导教师根据课标和意见合理布置、及时报备学科作业。学校要探索利用信息化等手段，以年级组等为单位统筹各学科日常及假期基础性作业和弹性作业总量（含电子作业），有序安排实践性作业、跨学科作业。确保作业总量控制在合理范围内。

6. 有效评改反馈。教师应按时回收、认真检查批改、全面分析、及时反馈作业。不断提升集体讲评、个别面批的针对性和有效性，强化作业评改、反馈的育人功能。杜绝要求家长代为评改作业，不使用侮辱、嘲讽言词或符号批改、反馈作业。

7. 正确引导家长。学校要通过家长学校、家委会、新媒体家校互动平台等多种渠道引导家长形成科学育儿观与成才观，着力关注孩子自主学习能力和发展需求，掌握培养孩子良好作业习惯的方法。学校应向家长提供加强亲子沟通、实施时间管理、预防网络沉迷等专题辅导，加强教育政策正面宣传，指导家长根据孩子个性特长、成长规律和发展需求进行学业和生涯规划，学会合理安排孩子课余时间，避免造成孩子过重的校外学习负担，保证小学生每天睡眠时间不少于10小时，初中生不少于9小时。鼓励孩子与家长共同承担家务劳动，参加体育锻炼及社会活动。

高中阶段学校可参照执行。

关于加强中小学生体质健康管理的工作要求

1. 开齐开足体育课。各中小学校要严格落实国家和上海市体育与健康课程要求，自 2021 学年秋季学期开始，小学阶段学校确保每天 1 节体育课，鼓励初中、高中逐步增加课时，保证充足的体育活课时间，不得以任何理由挤占体育课和校园体育活动。

2. 保证体育活动时间。全面落实大课间体育活动制度，中小学校每天应统一安排 30 分钟的大课间体育活动，每节课间应安排学生走出教室适量活动和放松。合理安排学生校内、校外体育活动时间，着力保障学生每天校内、校外各 1 小时体育活动时间。大力推广家庭体育锻炼活动，有锻炼内容、锻炼强度和时长等方面的要求，不提倡安排大强度练习。学校要对体育家庭作业加强指导，提供优质锻炼资源，及时和家长保持沟通。

3. 提高体育教学质量。各中小学校要聚焦“教会、勤练、常赛”，完善“健康知识+基本运动技能+专项运动技能”学校体育教学模式，让学生逐步掌握 2-3 项运动技能。要积极创建青少年体育社团、校运动队及俱乐部，鼓励学生利用课余和节假日时间积极参加训练。要组织开展“全员运动会”“全员体育竞赛”等活动，构建完善的“校内竞赛—校级联赛—选拔性竞赛”体育竞赛体系。教师应参与体育教研部门定期进行的集中备课和集体研

学，教师指导要贯穿体育课全程。

4. 实施体育素养评价。各学校要结合体育课安排，按照《体育综合评价试卷》各学段版，做好体育意识与体育知识相关测评工作，定期上报学生日常体育学习成绩，按时完成《国家学生体质健康标准（2014年修订）》测试工作（相关结果经系统直接导入体育素养大数据平台），配合做好学生体育竞赛活动参与情况的分级上报工作。

5. 做好运动技能等级测试。各学校要结合教育教学安排开展学生运动技能等级测试，注重与国家学生体质健康监测有机整合，减少重复测试。

6. 健全家校沟通机制。学校要及时将学生的体质健康测试结果和健康体检结果反馈家长，形成家校协同育人合力。

关于加强中小学生睡眠管理的工作要求

1. 保障学生睡眠时长。以重点任务推进为主要抓手，努力破解中小学生睡眠不足的难题，实现小学生平均每天睡眠时间达到 10 小时，初中生平均每天睡眠时间达到 9 小时，高中生平均每天睡眠时间达到 8 小时，养成良好健康睡眠习惯，倡导形成中小学生科学的学习与生活方式。

2. 规范课时管理。结合不同年龄段学生身心发展特点，根据教育部和上海市对中小学生作息时间的基本要求，调整学校教育教学管理。小学上午上课时间一般不早于 8:20，中学一般不早于 8:00，不得要求学生提前到校参加统一教育教学活动，对于个别因家庭特殊情况提前到校的学生，学校应提前开门、妥善安置；合理安排课间休息和下午上课时间，倡导将午休时间排进课表，午休时间不少于 30 分钟，具体形式可以结合实际探索实施。

3. 加强作业管理。小学书面作业基本不出校，可以利用自习课或课后服务时间完成；初中作业难题基本不回家，学校要加强个性化辅导，难题尽量在学校完成；高中作业控制总量。全学段严格落实 20:30 后学生作业、学习不接触电子屏幕。开展教考关系背景下的学校作业体系建构与实施研究，坚持“教什么、练什么、考什么”，努力实现“不教、不练、不考”。探索建立中小学生作业动态调整机制，引导家长督促学生按时就寝、不熬夜，对超过就寝时间仍未能完成的作业，允许学生隔天补交，任课教

师要对学生作业情况进行及时分析，对长期不能按时完成作业的学生，要进行针对性帮助和辅导，必要时可以调整作业内容和作业量，避免学生回家后作业时间过长挤占正常睡眠时间。

4. 优化课程管理。确保学生在校“每天锻炼一小时”，不得挤占体育、艺术类课程，鼓励大课间学生能够走出教室、文明休息、适度运动。结合思政、语文、生命科学、体育与健康、心理健康教育等课程，结合主题式综合活动、项目化学习、研究性学习，结合党团队活动、睡眠日活动、场馆学习、专题教育、主题讲座等活动，将中小学生的睡眠教育与学习体验有机融合，促进学生与健康睡眠的深度理解和自我把控。

5. 实施监测管理。学校每月至少开展一次学生睡眠监测，主要通过调查问卷的方式进行，鼓励有条件的学校探索借助信息技术手段开展睡眠监测。监测量表由市级相关部门统一研制，按照统一框架进行分析，各中小学负责具体实施。对监测发现的问题形成针对性举措，发挥睡眠监测的决策咨询作用和政策转化功能。

6. 开展作息指导。通过中小学家长学校、全员导师制试点等工作开展学生指导和家庭教育指导，倡导健康的家庭生活方式，指导家长和学生制订家庭作息时间表，在保证学生睡眠时间要求的前提下，结合学生个体睡眠状况、午休时间等实际，合理确定晚上的就寝时间。小学生就寝时间一般不晚于 21:20，初中生一般不晚于 22:00，高中生一般不晚于 23:00。寄宿制学校要合理安排学生寝室作息时间表，确保学生达到规定的睡眠时间要求。

关于加强中小學生課外讀物進校園管理的工作要求

1. 規範課外讀物進校園渠道。嚴格遴選各類捐贈讀物，受捐贈課外讀物進校園，學校要按照教育部印發的《關於中小學生課外讀物進校園管理辦法的通知》（以下簡稱《管理辦法》）加強審核，並報區教育局基礎教育科備案。學校對任何形式進校園的讀書活動都要審核活動方案，按照《管理辦法》對相關書目進行把關。教師因教育教學需要推薦學生閱讀的課外讀物書目，應有相關推薦組室負責人認可，並按照《管理辦法》審核，報學校備案。原則上不鼓勵學生自帶課外讀物進校園，如確有需要，須由學生家長事先向班主任報備並得到許可。

2. 完善課外讀物推薦環節。進校園課外讀物原則上每學年推薦一次，可根據學校教育教學需要適當增加推薦次數。嚴格按照《管理辦法》規定的初選、評議、確認、備案等環節推薦。相關環節可增加學生和家長代表，共同參與課外活動進校園管理。對選自各級教育行政部門批准推薦的課外讀物指導目錄，重點評議適宜性；對其他渠道推薦的課外讀物要全面把關，提出評議意見。對於違反《出版管理條例》有關規定或存在《管理辦法》中所列舉的十二條“負面清單”情形的課外讀物，一律不予推薦和選用。

3. 建立課外讀物進校園應急機制。充分做好預案，定期對校

园推荐图书进行清理，防范进校园课外读物管理中可能存在的风险，筑牢问题读物进校园“防火墙”，守住进校园课外读物质量底线。发现问题读物应及时予以有效处置，消除不良影响。

4. 加强学校图书馆建设。学校图书馆要充分发挥主阵地作用，依据各级教育行政部门批准推荐的课外读物推荐目录，结合学校教育教学改革需要，积极扩充馆藏图书数量，确保和提升馆藏图书品质，充分满足学生课外阅读需求。学校要根据图书馆建设相关标准，加大空间改造、资源配置和信息化环境建设力度，提升图书馆服务能级。

5. 丰富学生课外阅读活动。组织全校教师共同开发图书馆课程，定期开展图书馆利用教育，面向全体新生开设入馆教育以及文献信息检索、辨别、利用等课程；组织开展名师导读、读书沙龙、新书推荐等分享交流活动。

6. 加强专业队伍建设。学校要进一步落实中小学图书馆专业人员资格准入规定，建立与完善中小学图书馆专业人员引进、岗位聘用、培训进修、绩效考核等管理制度。